



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 14 – ENERO DE 2009

“LAS SESIONES DE PSICOMOTRICIDAD EN LA ETAPA DE EDUCACIÓN INFANTIL”

AUTORÍA INMACULADA PONCE GIL
TEMÁTICA PSICOMOTRICIDAD
ETAPA EI

Resumen

La psicomotricidad se entiende como el desarrollo físico, psíquico e intelectual que se produce en el sujeto a través del movimiento. Por tanto, queda reflejada la importancia de la educación psicomotriz como estrategia de intervención educativa, que va a contribuir al desarrollo global del niño/a.

Palabras clave

- Expresión corporal.
- Ritmo.
- Improvisación.
- Dramatización.
- Actividad sensoriomotriz.
- Juego simbólico.
- Construcciones.

1. JUSTIFICACIÓN.

Dentro de las diversas dimensiones que pueden contemplarse en la personalidad del niño/a (cognitiva, psicomotriz, afectiva, social, sensorial, comunicativa, creativa), que dan lugar a las diversas áreas curriculares en educación, la psicomotricidad es de las más importantes por varias razones:

- Es la que mejor globaliza al resto de las dimensiones de la personalidad en estas edades.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 14 – ENERO DE 2009

- Actuando sobre la realidad y los objetos, el niño va a organizar el conocimiento y a construirlo (dimensión comunicativa, social y ello le permitirá construir la estructura que darán paso al signo, a la función simbólica y de ahí al lenguaje).

La práctica psicomotriz contribuye también al desarrollo social del niño/a, ya que muchas actividades se realizan en grupo, lo que implica que los niños interactúen entre ellos y se socialicen.

Otro de los aspectos que favorece es la coeducación, debido a que se realizan juegos y actividades donde intervienen niños y niñas sin ningún tipo de discriminación.

Mediante las actividades psicomotrices, el niño conoce su cuerpo y el de los demás, aprendiendo a aceptarse a sí mismo y a los otros. De esta manera se favorece la educación sexual de niños/as.

2. OBJETIVOS GENERALES DE LA EDUCACIÓN PSICOMOTRIZ.

Los objetivos generales de esta propuesta son:

- Favorecer la toma de conciencia y elaboración del esquema corporal.
- Desarrollar su capacidad perceptivo-motriz a través de la relación con los objetos, el tiempo y el espacio.
- Desarrollar la autonomía.
- Fomentar las relaciones sociales y afectivas, utilizando el cuerpo como medio de expresión y comunicación.
- Desarrollar la creatividad, mediante la expresión corporal.

3. CONTENIDOS.

Los contenidos propuestos para trabajar son los siguientes:

- Desarrollo de los sentidos.
- Percepción, orientación y organización espacial y temporal.
- El esquema corporal.
- Las conductas posturales básicas.
- La coordinación general.
- El equilibrio.
- Lateralidad.
- Coordinación visomotora.
- Posibilidades expresivas del propio cuerpo para expresar y comunicar sentimientos, emociones, necesidades, etc.
- Imitaciones y representaciones de situaciones, personajes, etc.
- Disfrute e interés por expresarse con el propio cuerpo.
- Gusto por la elaboración personal y original en las actividades de expresión corporal.
- Interés e iniciativa para participar en representaciones.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 14 – ENERO DE 2009

4. METODOLOGÍA.

- Principios didácticos.

A la hora de llevar a cabo esta propuesta tendremos en cuenta los siguientes principios:

- La globalización, que conecta con la percepción infantil.
- EL aprendizaje significativo, que amplía las estructuras mentales y promueve la capacidad de comprensión.
- La actividad, como fuente de aprendizaje y desarrollo, canalizada a través del juego.
- El aprendizaje interactivo, que conlleva la socialización.
- La motivación, que implica al niño activamente en el proceso.
- La autonomía.

- Recursos didácticos.

La psicomotricidad se pondrá en práctica a través de talleres. Se realizarán dos a la semana y tendrán una duración de una hora por sesión.

5. MATERIALES Y RECURSOS.

- Materiales específicos de psicomotricidad:

- Aros.
- Pelotas.
- Picas.
- Ladrillos.
- Cuerdas.
- Saquitos.
- Zancos.
- Bloques de gomaespuma.
- Cojines.
- Pelotas de gran tamaño.
- Túnel.
- Conos.
- Bancos suecos.
- Colchonetas.
- Neumáticos.
- Telas.
- Disfraces y complementos (gorros, bolsos, capas, collares, etc)



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 14 – ENERO DE 2009

• Otros materiales:

- Cajas de cartón.
- Radiocasetes.
- Canciones (movimiento y relajación)
- Cuentos.
- Poemas.
- Lápices, pinturas, papeles, tijeras.

6. LAS DIFERENTES SESIONES DE PSICOMOTRICIDAD.

Todas las sesiones de práctica de la psicomotricidad no tendrán el mismo diseño, dependerá de algunos condicionantes como la entrada por primera vez de los niños al centro, la sala para realizar las sesiones, el número de niños, los materiales. Aunque procuraremos trabajar alternativamente los diferentes tipos de sesiones:

Consideramos 4 tipos de sesiones:

6.1. Sesiones para el desarrollo de los factores físico-perceptivo-motrices.

Este tipo de sesiones, son dirigidas y son más adecuadas para llevarlas a cabo al comenzar con un grupo nuevo de niños/as. Pero esto no nos impedirá realizarlas en otros momentos de la etapa de infantil en que lo creamos conveniente, alternándose con las otras sesiones de práctica psicomotriz.

Toda sesión está dividida en tres momentos:

➤ Primer momento. Se llama fuera- dentro.

En este momento debemos establecer una serie de normas de mutuo acuerdo con nuestros niños/as.

- Responder a las consignas propuestas por la maestra/o para un buen funcionamiento de los juegos a realizar.
- Jugar con todos los compañeros dejando a un lado las preferencias.
- Cuidar los materiales y ayudar a recogerlos.
- Respetar a nuestros compañeros/as en sus desplazamientos (no empujar, ocupar su espacio, etc.), así como en los materiales que elijan y en su juego en sí.
- No gritar ni tirarse al suelo sin necesidad.
- No correr si el juego no lo requiere.
- Se les pedirá que tan solo en caso muy necesario interrumpan la sesión para ir al servicio (podemos ir antes de comenzar la sesión).

➤ Segundo momento. Llamado dentro.

Tendrá lugar la sesión en sí, en la que se realizarán, entre otras, las siguientes actividades:



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 14 – ENERO DE 2009

1. Calentamiento:

Los niños/as colocados en filas frente al maestro/a realizarán movimientos segmentarios y globales siguiendo las indicaciones:

- Nombramos las distintas partes del cuerpo y las señalamos.
- Levantamos y bajamos los brazos.
- Con las piernas abiertas, nos doblamos por la cintura.
- Con las piernas abiertas, sin mover los pies, movemos el cuello en distintas direcciones.
- Levantamos las piernas como en un desfile.
- Sentados, jugamos en encoger y estirar las piernas, primero las dos y después una y otra.
- Tumbados (boca arriba y boca abajo), movemos las piernas como si estuviéramos nadando.

2. Actividades individuales.

Al ritmo de la música los niños/as bailan por toda la sala, siguiendo el sentido de las agujas del reloj, cuando cese la música se paran y cuando vuelva a sonar bailarán en sentido contrario.

3. Actividades por parejas.

Los niños bailarían por parejas al ritmo de un vals.

4. Actividades en pequeño grupo.

Para esta actividad podemos realizar un juego que se llama “El túnel”:

- Haremos tres grupos de ocho niños aproximadamente.
- Cada grupo hace una fila india. Todos se colocan de pie con las piernas separadas. Las filas han de estar paralelas entre sí.
- Cuando la maestra de la señal, el primero de cada fila se agachará y pasará lo más deprisa posible por debajo del túnel formado por las piernas de todos los compañeros de su grupo, y se colocará el último. Luego pasará el segundo y así sucesivamente hasta que lo hayan hecho todos.

➤ Tercer momento Llamado dentro-fuera.

En este momento nos dirigimos a nuestra aula y comentamos lo que hemos hecho, lo que más les haya gustado de la sesión. También realizarán un dibujo de lo más significativo de la sesión.

6.2. Sesiones de actividades físico-organizadas.

Son aquellas sesiones donde trabajamos juegos populares, danzas del folclore y los juegos de toda la vida.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 14 – ENERO DE 2009

➤ Primer momento. Llamado aula-patio.

En este momento se establecen las normas comunes que deberán cumplirse en todas las sesiones de psicomotricidad (ya citadas en la sesión anterior). Además se determinarán otras normas específicas del juego que vamos a realizar (“El zapatero o la cojita”):

- Respetar la posición del juego.
- No empujar a los compañeros.
- Respetar el turno de palabra.
- No correr hasta que nos lo indique la canción.

➤ Segundo momento. En el patio.

Realizamos el juego “El zapatero o la cojita”. Todos los niños/as forman un corro menos uno, que se colocará en el centro del mismo, éste será el zapatero. Los niños/as que le rodean dialogan con él/ella:

Zapatero: “Señorita ¿Dónde van ustedes?”.

Corro: “Zapatero, vamos a pasear”.

Zapatero: “Señoritas, los zapatos se rompen”.

Corro: “Zapatero, usted los compondrá. ¿A cuánto vale el par?”.

Zapatero: “A real”.

Corro: “¿Quién lo pagará?”.

Zapatero: “¡La patita coja que te coja!”.

A continuación se rompe el corro y todos corren perseguidos por el zapatero que los intenta alcanzar. Una vez que ha cogido a un niño/a se forma de nuevo el corro y dicho niño/ será la cojita, que recorre el corro desde dentro a la pata coja, mientras canta acompañado por las palmas de todos, esta canción:

Desde chiquitita me crié,
algo cojita de este pie.
En el altar me pusieron Carmelita,
disimulad que soy una cojita.
Disimulad, yo disimulo bien:
Sal, sal, sal,
que te doy una “patá”,
sal, sal, sal,
que te doy un “puntapié”.

De nuevo se rompe la rueda, el niño/a a la pata coja, intentará coger a otro niño/a. Este será el nuevo zapatero.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 14 – ENERO DE 2009

➤ Tercer momento. Llamado en el aula.

Una vez en el aula, comentaremos lo que hemos hecho en esta sesión y dibujarán lo que más les haya gustado.

6.3. Sesión de expresión dramática.

En este tipo de sesiones trabajaremos preferentemente la expresión y comunicación desde todas sus vertientes técnicas posibles. Tiene tres momentos:

➤ Primer momento.

Empezaremos estableciéndolas normas comunes de todas las sesiones de psicomotricidad (mencionadas anteriormente).

➤ Segundo momento.

A modo de ejemplo se pueden realizar las siguientes actividades en este tipo de sesiones:

❖ Ejercicios de psicomotricidad:

- “Seguimos al líder”. Esta es una buena actividad para comenzar con una sesión de taller de juego dramático. Al ritmo de la música debemos seguir todos los movimientos que haga algún niño/a, éste será el líder, que pasará el turno a otro compañero/a y así sucesivamente. El juego estará dirigido por el maestro/a.
- “El juego de los silencios”. Nos movemos por el espacio al ritmo de la música y nos quedamos estatuas en los silencios. Después lo hacemos a la inversa, nos movemos en los silencios y nos quedamos estatuas cuando suene la música.

❖ Ejercicios de ritmo:

- “La sombra”. Los niños/as se colocan por parejas, un delante del delante del otro. El que va detrás tendrá que imitar todos los movimientos que realice su compañero situado delante. Este juego estará acompañado por una música que marque con intensidad los ritmos, ya que el ritmo marcará los movimientos.
- “Mínimo contacto corporal”. Por parejas y tan solo unidos por un mínimo contacto con un dedo, una mano, la espalda, la nariz, etc., nos movemos por el espacio al ritmo de la música.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 14 – ENERO DE 2009

❖ Actividades de expresión corporal:

- “Juego del fantasma”. Con la sala en penumbra y tras una orden dada por la maestra, un fantasma imaginario nos tira de la nariz, nos tira una flecha en la espalda, un pellizco en el trasero, etc. A continuación se enciende la luz y descubrimos el fantasma, que somos todos nosotros y todos los niños/as se pellizcan en el trasero.
- “Composición de estatuas” Por grupos se trata de componer un forto con todos los personajes. El tema puede ser propuesto por el maestro/a o por los propios alumnos. Los temas pueden ser: un título de un cuento, un circo, etc.

❖ Actividades de improvisación:

- “De temas cercanos a ellos”. Por grupos pequeños y con la ayuda del maestro/a se improvisa con temas como: la mamá dándole de comer a su bebe, la visita al médico, etc.

❖ Actividades de dramatización:

- “Sobre cuentos”. Para dramatizar un cuento los niños/as deben conocerlo muy bien.
- “Sobre poemas”. Podemos representar los poemas con la música y el contenido del poema de fondo, o en silencio y tan sólo expresarnos con nuestro cuerpo. También podemos recitar el poema.
- “Dramatizaciones de canciones”. Consiste en expresar con el cuerpo las emociones y sentimientos que nos transmiten las canciones, o bien realizar los gestos y movimientos que nos indique la canción.

➤ Tercer momento.

Terminaremos la sesión comentando las actividades realizadas y con un dibujo donde cada niño/a plasmará lo más significativo de la sesión.

6.4. Sesión de práctica psicomotriz por estructuración de espacios.

Este tipo de sesiones la llevaremos a cabo de manera más frecuente que las anteriores, ya que para los niños/as son las más enriquecedoras.

Partiendo de las necesidades del niño/a, de su forma espontánea de relacionarse con el medio, con las personas y los materiales en un tiempo determinado, queremos ofrecerle una serie de experiencias que favorezcan, estimulen y potencien su madurez.

Estas sesiones se realiza en la sala de psicomotricidad, que estará dividida en tres espacios dedicados a tres actividades principales:



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 14 – ENERO DE 2009

1. Espacio sensoriomotor.

En este espacio el niño explora con sus movimientos diferentes alturas y posiciones corporales, como la verticalidad, la horizontalidad y los planos inclinados, lo que le permite experimentar con su cuerpo movimientos de balanceo, giros, caídas, equilibrio, agilidad y potencia.

- Material de este espacio.
 - Colchonetas.
 - Bancos suecos.
 - Bloques de gomaespuma.
 - Cojines.
 - Pelotas de gran tamaño.

2. Espacio de juego simbólico.

Es un espacio en el que el niño/a puede vivir su vida afectiva a través del juego dándole forma y estructurándola de manera que puede incorporar todas sus experiencias agradables y desagradables.

- Material de este espacio.
 - Telas.
 - Disfraces.
 - Complementos de los disfraces (gorros, bolsos, capas, etc.).
 - Pinturas.

3. Espacio de construcciones.

En él el niño/a construye, crea y experimenta con los planos horizontales y verticales, la orientación en el espacio, etc., con los materiales que se les presenta en este espacio. Después utiliza las construcciones para vivenciar sensaciones e historias de la vida real y de su imagen y creatividad.

- Material de este espacio.
 - Picas.
 - Aros.
 - Ladrillos.
 - Cajas de cartón.

Esta sesión se organiza en tres momentos:

- Primer momento. Ritual de entrada.

En este momento se establecen las normas de funcionamiento de los espacios:



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 14 – ENERO DE 2009

- Libre acceso a los espacios planificados, pero con un máximo de diez niños en cada uno (mediante unas tarjetas con su nombre que deberán colocar en el espacio que elijan siempre que no esté completo con las diez tarjetas).
- Cuidar el material y no cambiarlo de espacio.
- Respetar las construcciones de los compañeros.

➤ Segundo momento. Se desarrolla la sesión en sí.

Los bloques de gomaespuma se les puede presentar de forma que los primero que haga sea destruir la torre, esto ayudará a disminuir las tensiones en el niño.

Los niños/as jugarán libremente por los espacios diseñados, respetando las normas de funcionamiento.

➤ Tercer momento. Tiene lugar en el aula.

Los niños/as expresarán sus vivencias en esta sesión, y terminarán con un dibujo.

7. BIBLIOGRAFÍA.

- Lapierre, A., Aucouturier, B. (1977). *Simbología del movimiento*. Barcelona: Científico-Médica.
- Wallon, H. (1977). *La evolución psicológica del niño*. Barcelona: Crítica.
- Le Boulch, J. (1986). *La educación psicomotriz en la edad escolar*. Barcelona: Paidós.
- Jiménez, J., Alonso, J. y Jiménez, I. (1991). *Psicomotricidad Práctica*. Madrid: Escuela Española.
- Jiménez, J., Alonso, J. y Jiménez, I. (1992). *Educación Psicomotriz*. Madrid: Escuela Española.

Autoría

- Nombre y Apellidos: Inmaculada Ponce Gil.
- Centro, localidad, provincia: Gloria Fuertes, Castilleja de la Cuesta, Sevilla.
- E-mail: i.p.gil@telefonica.net